

ИЗВЪНУРОЧНАТА ФИЗКУЛТУРНА ДЕЙНОСТ В БЪЛГАРИЯ, ЕВРОПА И СВЕТА

Донка Динчева Желева-Терзиева

EXTRACURRICULAR PHYSICAL ACTIVITY IN BULGARIA, EUROPE AND THE WORLD

Donka Dincheva Zheleva-Terzieva

Abstract: The article provides an overview of extracurricular physical activity worldwide. Special and extensive attention is paid to its organization in Europe and in particular in the Republic of Bulgaria, as part of the European educational area. The reasons for the current state and the efficiency of the modern forms of extracurricular activity in our country are considered in detail. At the end, the author's ideas for its improvement are presented in order to provoke motivation and involve adolescents in sports-oriented activities.

Key words: extracurricular forms, physical education, world review.

ВЪВЕДЕНИЕ

Физическата култура е част от общата култура на обществото, заедно с материалната и духовната. Физическата култура възниква като историческа необходимост и е сложно и многостранно явление. Като сфера на социална дейност тя е „обективна потребност в живота на хората, съвкупност от ценности, процес за физическо възпитание, физическо развитие и структурно-функционално усъвършенстване на човека“ (Rachev, 2002, p. 17). Физическото възпитание е основен и най-древен компонент на физическата култура. Като понятие е производно от по-общото педагогическо понятие *възпитание* и е един от основните дялове на цялостното възпитание, заедно с умственото, нравственото, естетическото и трудовото.

Понятията *физическа култура* и *физическо възпитание* не трябва да се отъждествяват. „Физическото възпитание е една от основните форми на целенасочено функциониране на физическата култура в обществената практика“ (Rachev, 2002, p. 24).

Целта на физическото възпитание е морфологично и функционално усъвършенстване на личността чрез обучение в

двигателни действия (движения) и изграждане на двигателни способности (качества). Основните му задачи в образователната система са познавателни (образователни), оздравителни и възпитателни, които планомерно и целенасочено се реализират чрез комплексен подход в различни форми и занимания, в съответствие с учебния план. В него се предвижда цялостната физкултурна дейност да се провеждат в единна система като урочна и извънурочна работа за създаване на условия за оптимално съотношение между интелектуалната и физическата натовареност (Guyrova, 2012, p. 908).

Извънурочните форми на работа по физическо възпитание в училищна възраст са извънкласни и извънучилищни. Извънкласната работа представлява система от организирани занимания, които се провеждат в извънурочно време, с цел продължаване, обогатяване и разнообразяване на формите на организация на урочната работа. По този начин се увеличава двигателната активност в дневния и седмичния режим на учениците (Dimitrova, 2015, p. 83).

В рамките на световните образователни системи мнозинството от държавите (89% в началното и 87% в средното училище) имат законови изисквания за провеждане на часовете по физическо възпитание (Hardman, 2008, p. 6). Наред с утвърдената задължителна подготовка по физическото възпитание в училищата, в Европа (в т. ч. и в България) по различни начини се дава възможност на подрастващите да бъдат физически активни и в извънурочно време. Извънкласните дейности се предлагат от националните и местните власти или от самите училища. Различните видове извънкласни дейности са групирани в следните категории

(https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/physical-education-and-sport-school-europe_en):

- Състезания и други събития;
- Дейности, свързани със здравето;
- „Активен учебен ден“, където основната насоченост е повишаване нивото на двигателната активност на учениците.

Спортните събития, включващи различни спортове и дисциплини, най-често се организират от спортни органи на властта и включват олимпиади, олимпийски дни (Гърция, Кипър, Англия), спортни фестивали, първенства или игри. Като цяло състезанията се развиват от училищни, местни, регионални до национални нива и международни изяви. В България такива събития са ежегодно организирани

Ученически игри. Състезанията в различните страни се основават на дългогодишни традиционно развиване спортове. Например в Германия Немската спортна фондация и Младежката олимпийска организация иницират състезания по 17 олимпийски дисциплини на местно и регионално ниво.

Във връзка с втората посочена извънкласна активност в някои страни съществуват проекти или програми, насочени към подобряване на здравето, които включват извънкласни дейности: в Естония предимно са насочени към корекционни проблеми на ОДА чрез гимнастически упражнения, в Кипър - за подобряване на сърдечно-респираторния капацитет, в Португалия се работи приоритетно срещу затлъстяването, а в Исландия - промоция на движение и безопасност, насърчаване на психичното здраве и като цяло здравословен начин на живот. В това отношение в България се организират групи по лечебна физкултура (ЛФК).

Мерките „активен учебен ден“ е поредната категория, чрез която физкултурните дейности са част от ежедневната училищна програма. Училищата в Дания практикуват „сутрешно бягане“ преди началото на учебните часове. В Австрия специална програма промотира пет упражнения седмично в продължение на 4 седмици, които се изпълняват преди, по време и след часовете. Училищата в Словения могат да организират по-дълги почивки, предназначени за физкултурни занимания. Идентични с посочените са всички ежедневни форми по физическо възпитание в Р България - утринна гимнастика, физкултурна минутка, физически упражнения и игри в голямото междучасие.

В редица европейски страни (Испания, Австрия, Шотландия, Хърватия, Латвия, Чехия) извънкласните дейности по физическо възпитание се насърчават, финансират и управляват от Спортните министерства, агенции, асоциации или Висши съвети за спорт в сътрудничество с местните власти.

В някои страни училищата предлагат тези дейности (Португалия, Словения, Словакия). По подобен начин е организацията на извънкласната физкултурна дейност във Франция, Белгия, Германия, Малта и др. страни от Европа, с тази разлика, че образователните институции на базата на сключени договори със Спортни федерации или с местни спортни клубове, предоставят материалната си база в извънучебно време за провеждане на занимания със спортна насоченост. От своя страна клубовете осигуряват специалисти по вид спорт (с

треньорски профил), включително финансирането им и в свой интерес селектират и привличат подрастващите към евентуална тренировъчна и спортна дейност. Това отчасти се прилага и в някои училища в Република България, където инициативата е по-скоро на спортните клубове. Тази практика у нас е широко разпространена в предучилищните детски заведения с тази разлика, че финансирането се извършва от родителите.

Във Франция карането на ски и плуването се насърчава и улеснява от регионите чрез финансово подпомагане на учителите, които имат възможност и желание да организират тези дейности. Различните форми на подкрепа включват оборудване, транспорт, настаняване и др.

В Кипър осигуряването на извънкласни спортни дейности в училищата е регламентирано със закон. Със законодателен акт в Унгария всяко училище, в което обучението е минимум 4 години, е задължено да осигури функционирането на училищен спортен клуб.

В САЩ и Канада самата форма на урочни занимания е организирана и се провежда чрез практикуване на определен вид спорт и затова извънкласната дейност е предимно насочена в сферата на междуучилищните състезания.

Извънучилищна спортна дейност

В 79% от страните в световен мащаб Националните правителства носят отговорност за учебната програма, но има някои региони, където съществува местен училищен съвет (САЩ, Австралия, Канада). В други страни има множество (национални, регионални, местни и училищни) съвместими нива на отговорност (Белгийски фламандски и френски „езикови общности“ и в 16-те провинции на Германия). В рамките на Европа административно и отговорността за доставка често се прехвърля до местните власти или дори до училищата. Образованието в САЩ е преди всичко отговорност на правителството, държавната и местната власт. Учебната програма е стандартизирана, но отделните щати имат голям контрол над това, което се преподава в училищата, над изискванията и финансирането на образованието (Hardman, 2008, p. 8).

В някои държави Министерствата на спорта и образованието предоставят на други органи правото да координират спортните мероприятия. В Латвия например, съществува Латвийска федерация за училищен спорт.

По отношение на извънучилищната спортна дейност в нашата страна Министерството на младежта и спорта ежегодно приема

национален спортен календар, който съдържа информация за всички видове спортни дейности, планирани през годината.

За разлика от урочната за извънурочната работа по физическо възпитание не съществува Държавен образователен стандарт. Според специалистите (Alipieva et al., 2002; Yordanov et al., 2002; Kinov, 2014) формите на извънурочна спортна дейност в Р България не функционират ефективно поради ред причини:

- липса на централизирано финансиране (навлизането на пазарни отношения при организирането и провеждането на заниманията);
- нежелание от страна на директорите за финансиране на формите от делегирания училищен бюджет (липса на материални стимули на педагогическите кадри);
- загуба на традиционализъм в работата на педагозите и институциите;
- нямат задължителен характер.

Урочните форми по физическо възпитание в България не могат да задоволят изискванията за необходимо ниво на двигателна активност, определени от СЗО на 60 и повече минути ежедневна интензивна физкултурна дейност. Несъмнено единствената алтернатива в този случай са целенасочените, организирани извънурочни форми на занимания с физически упражнения и спорт. На съвременния етап актуален и същевременно кардинален проблем в областта на физическата култура е да се оползотворят всички реални възможности за оптимизиране двигателната активност с цел подобряване на здравето, физическото развитие и физическата дееспособност на децата и учениците (Bankov & Nikolova, 2002, p. 169).

Предполага се, че обогатяването на формите и средствата на извънурочната дейност по физическо възпитание и спорт, ще допринесе до засилване на интереса и участието на подрастващите в занимания, което от своя страна ще увеличи обема на двигателната им активност. Увеличаването на времето, ангажирано със физкултурни занимания, ще доведе до намаляване на същото, използвано за занимания с негативни за здравето зависимости.

3. Димитрова неведнъж подчертава необходимостта от прилагане на нетрадиционни и иновативни подходи в организацията на свободното време на подрастващите (Dimitrova, 2015, p. 85).

Образователните промени в областта на физическото възпитание през последните години засягат по същество основните страни на

образователната система – структура, съдържание, учебни програми. Нужната промяна е необходимо условие, но тя не завършва с изготвяне на новите документи в съответствие с европейските изисквания (Ivanov, 2002, p. 56). За различните неурочни инициативи, училищата често имат водеща роля в предлагането, организирането и финансовата подкрепа на извънкласните дейности, които се подпомагат от ученици, техните родители и доброволци. Предоставянето на извънкласни дейности може да бъде включено например в образователните проекти и планове за работата на учители или училища. В много страни за подобни цели се създават училищни спортни клубове. Те играят важна роля в организирането на училищни извънкласни дейности и предлагат разнообразие от спортни дисциплини в съответствие с техните финансови, материални, технически и човешки ресурси, както и с интересите на младите хора. Инициативата, организацията и провеждането на извънкласните форми могат да се предоставят на извънообразователни институции (сдружения с нестопанска цел), които са специализирани в областта на спортната дейност.

Проучванията показват, че учениците, които редовно участват в извънкласни дейности

(<http://www.pegasuscharter.org/importance-of-extracurricular-activities--sports.html>):

- имат по-високи оценки и подобрена работна етика - т. нар. „академици“;
- притежават умения за управление на времето - знаят как да разпределят по подходящ начин времето си, за да успеят да свършат максимално количество работа по ефективен начин;
- лесно създават приятелства и социални умения - извънкласните дейности предлагат повече възможности за обвързване и формиране на дълбоки приятелства;
- приспособяват се за работа в екип - умения за взаимодействие за постигане на обща цел, докато се забавляват;
- се повишава физическата годност - по-склонни са да водят активен живот и да поддържат здравословно тегло;
- са по-малко склонни да употребяват наркотици, да напуснат училище или да участват в престъпни дейности – бариерно-превантивна функция;
- допринасят за работна продуктивност на родителите си, които са спокойни за това как децата им прекарват времето си.

ЛИТЕРАТУРА

- Алипиева, Л., К. Бошнакова, С. Тодоров (2002). Сравнителен анализ на резултати от проучване на извънурчната и извънучилищната спортна дейност. *Спорт и наука*, изв. брой, 155-162.
- Банков, П., Е. Николова (2002). Проблеми на управлението на извънурчната и извънучилищната дейност по физическо възпитание и спорт. *Спорт и наука*, изв. брой, 169-173.
- Гюрова, В. (2012). За правата на детето и възпитанието. *Педагогика*, кн. 6, год. LXXXIV, 903-911.
- Димитрова, З. (2015). Извънкласни форми на обучение по физическо възпитание и спорт за деца от начална училищна възраст. *Научни трудове на Русенския университет*, том 54, серия 8.2, 83-87.
- Иванов, С. (2002). Образователните промени във ФВС – равносметка за 10 години. *Спорт и наука*, изв.бр., 53-56.
- Йорданов, С., Е. Николова, Ц. Димитрова. (2002). Съвременни тенденции в развитието на извънурчната дейност по физическо възпитание и спорт. *Спорт и наука*, 3, 100-107.
- Кинов, С. (2014). *Извънурчната дейност в системата за физическо възпитание и спорт*, Автореферат, Благоевград.
- Рачев, К. (2002). Актуални проблеми на физическата култура. *Спорт и наука*, изв. брой, 17-27.
- Hardman, K. (2008). Physical Education in Schools: A Global Perspective. *Kinesiology*, 40(1), 5-28.
- Benefits of After-School Sports and Extracurricular Activities. - <http://www.pegasuscharter.org/importance-of-extracurricular-activities--sports.html> [Accessed on 20.04.2020]
- Physical Education and Sport at School in Europe. - https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/physical-education-and-sport-school-europe_en [Accessed on 25.02.2020]

REFERENCES

- Alipieva, L., K. Boschnakova, S. Todorov (2002). Comparative Analysis of Results from a study of Extracurricular and Extracurricular Sports Activities. *Sport & Science*, extraordinary number, 155-162.
- Bankov, P., E. Nikolova (2002). Problems of Management of Extracurricular and Extracurricular Activities in Physical Education and Sports. *Sport & Science*, extraordinary number, 169-173.
- Dimitrova, Z. (2015). Extracurricular Forms of Education in Physical Education and Sports for Children of Primary School Age. *Scientific works of the University of Ruse*, 54 (8.2), 83-87.
- Hardman, K. (2008). Physical Education in Schools: A Global Perspective. *Kinesiology*, 40(1), 5-28.

- Gyurova, V. (2012). For the Rights of the Child and Upbringing. *Pedagogy*, 6, LXXXIV, 903-911.
- Ivanov, S. (2002). Educational Changes in FVS - Balance Sheet for 10 years. *Sport & Science*, extraordinary number, 53-56.
- Yordanov, S., E. Nikolova, Ts. Dimitrova. (2002). Modern Trends in the Development of Extracurricular Activities in Physical Education and Sports. *Sport & Science*, 3, 100-107.
- Kinov, S. (2014). *Overtime Activities in the System of Physical Education and Sports*, Abstract, Blagoevgrad.
- Rachev, K. (2002). Current Problems of Physical Culture. *Sport & Science*, extraordinary number, 17-27.
- Benefits of After-School Sports and Extracurricular Activities. - <http://www.pegasuscharter.org/importance-of-extracurricular-activities--sports.html> [Accessed on 20.04.2020]
- Physical Education and Sport at School in Europe. - https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/physical-education-and-sport-school-europe_en [Accessed on 25.02.2020]



Юбилейна научна конференция
с международно участие
25 години Тракийски университет
15 Май 2020 г.

Author Info:

Assist. Prof. Donka Dincheva Zheleva-Terzieva

Faculty of Education

Trakia University - Stara Zagora

e-mail: donkazeleva@gmail.com